

رشد فرزند شما از تولد تا 3 سالگی Your Child's Development From Birth to 3 Years

- از جلو به طرف بغل و سپس در همه جهات غلت می‌زند
- خود را به اشیا می‌رساند و آنها و رها می‌کند
- به اسم خود عکس‌العمل نشان می‌دهد
- از تعامل اجتماعی لذت می‌برد
- به رنگ‌ها علاقه نشان می‌دهد
- چهره‌ها را می‌شناسد و افراد آشنا را ترجیح می‌دهد
- هنگام خوشحالی می‌خندد و جیغ می‌کشد
- در 6 ماهگی متوجه می‌شود که یک شی وجود دارد حتی اگر نتوانند آن را ببینند

کودک شما از 6 تا 12 ماهگی:

- نام خود را می‌شناسد
- به برخی از کلمات مانند "مامان" یا "بابا" پاسخ می‌دهد
- صداها را می‌گوید یا تکرار می‌کند یا نامفهوم حرف می‌زند
- حرکات ساده سایر کودکان یا افراد را تقلید می‌کند
- احساسات و عواطف قوی را در مورد دوست داشتن و دوست نداشتن نشان می‌دهد و شادی یا غم را نشان می‌دهد
- مدت طولانی‌تری بدون کمک می‌نشیند
- از فنجان بدون درب آب می‌نوشد
- با کمک یا زمانی که نگه داشته می‌شود محکم می‌ایستد
- می‌تواند روی شکم حرکت کند یا بپرند و سپس بخزد
- اولین قدم‌ها را برمی‌دارد و به تنهایی راه می‌رود، بین 8 تا 18 ماهگی

- از خزیدن و راه رفتن لذت می‌برد
- علاقه زیادی به جلب توجه مراقب خود دارد
- در کنار غریبه‌ها می‌ترسد و با رفتن والدین گریه می‌کند
- اسباب بازی‌ها یا اشیاء را عمداً پرتاب می‌کند
- بازی‌های اجتماعی مانند «پیکابو» یا «پتی‌کیک» را انجام می‌دهد.

کودک شما از 12 تا 18 ماهگی:

- انرژی زیادی دارد و می‌خواهد همه چیز را کشف کند
- می‌تواند با انگشتان یا قاشق خود را غذا بخورد
- ممکن است از گهواره بالا برود

تجربیات فرزند شما در ماه‌ها و سال‌های اولیه زندگی بر سلامت و رفاه او تا پایان عمر تأثیر می‌گذارد. مراقبت، پرورش و فرزندداری ایمن شما به رشد سالم فرزندتان کمک می‌کند.

درک جزئیات رشد کودک می‌تواند به شما کمک کند تا بدانید چه انتظاری می‌توان داشت و چه کاری می‌توانید انجام دهید تا به رشد سالم کودک خود کمک کنید. در سال‌های اولیه زندگی، رفتار کودک شما نیازهای او و چگونگی تغییر و رشد آنها را نشان می‌دهد. گوش دادن به نشانه‌های منحصر به فرد فرزندتان می‌تواند به شما کمک کند در طول سال‌های رشد و تکامل بسیار سریع از او حمایت کنید. در طول دوره‌های رشد یا تغییرات هیجان‌انگیز، کودک شما ممکن است شب‌ها بیشتر از خواب بیدار شود.

مراحل رشد کودک شرح داده شده در اینجا فقط راهنما هستند، نه مجموعه‌ای از قوانین. هر کودکی با سرعت خودش رشد می‌کند. اگر در مورد رشد کودک خود نگرانی دارید، با ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود صحبت کنید.

کودک شما از بدو تولد تا 3 ماهگی:

- صدای والدین را از بدو تولد تشخیص می‌دهد
- صدای خود را کشف می‌کند
- از تماس چشمی لذت می‌برد، به افراد لبخند می‌زند و چهره‌ها را بررسی می‌کند
- از گریه به عنوان راهی برای نشان دادن نیازها استفاده می‌کند
- وقتی به او توجه می‌شود با خوشحالی بغیغ و غرغر می‌کند
- با سر و صدا از جا می‌پرد و در جا به صداها پاسخ می‌دهد
- بازوها و پاها را می‌کشد یا حرکت می‌دهد
- هنگام خوابیدن روی شکم سر را بلند می‌کند
- سر را بالا نگه می‌دارد تا صداها و حرکت را جستجو کند
- به یک طرف می‌غلتد
- پاها و دست‌ها را کشف می‌کند و اشیاء را می‌گیرد
- اجسام متحرک را با چشم دنبال می‌کند

کودک شما از 3 تا 6 ماهگی:

- سر را حدود 90 درجه بلند می‌کند
- با کمی حمایت می‌نشیند
- با کمک می‌ایستد

- تنهایی راه می‌رود و با هر قدم 1 پله بالا می‌رود
- با عبارات کوتاهی مانند "مامان برو؟" صحبت می‌کند یا "شد"
- جملات اساسی را می‌فهمد و جملات 1 کلمه‌ای می‌گوید. برای مثال، به جای «من بیشتر می‌خواهم» می‌گوید «بیشتر»
- تصاویر کتاب را نام می‌برد
- مسیرهای ساده را دنبال می‌کند
- خیلی بیشتر از چیزی که می‌تواند بگوید می‌فهمد
- از جلب توجه لذت می‌برد
- به تنهایی بهتر بازی می‌کند و بعید است که اسباب بازی‌ها را به کسی بدهد
- با محدودیت‌هایی که والدین تعیین می‌کنند کنار می‌آید یا مقاومت می‌کند
- به راحتی ناامید می‌شود
- کمتر گریه می‌کند اما ممکن است بیشتر جیغ بکشد یا داد بزند
- کلمه "نه" را درست استفاده می‌کند یا سر تکان می‌دهد
- ممکن است یک اسباب بازی یا پتوی خاص داشته باشد
- حافظه کوتاهی دارد و حتی اگر او را منع کنید، دوباره کارهایی را انجام می‌دهد. ممکن است برعکس آنچه شما به او می‌گویید انجام دهد

کودک شما از 18 تا 36 ماهگی:

- از جملات 2 یا 3 کلمه‌ای استفاده می‌کند
 - برای استفاده از کلمات یا حرکات کمک می‌خواهد
 - قادر به شمارش و استفاده از کلمات جدید است
 - اشکال و اندازه‌ها را تشخیص می‌دهد
 - طیفی از احساسات را نشان می‌دهد
 - یاد می‌گیرد که احساسات دیگران را بشناسد
 - نیاز به تایید و تمجید دارد
 - سوال‌های زیادی می‌پرسد
 - به درخواست‌هایی مانند «ژاکتت را بگیر» پاسخ می‌دهد
 - به تدریج از 1 دست بیشتر از دست دیگر استفاده می‌کند
 - می‌تواند از پله‌ها بالا و پایین برود
 - می‌تواند سه‌چرخه سواری را یاد بگیرد
 - می‌تواند بدود، بالا رود، لگد بزند و توپ را پرتاب کند
 - با موسیقی می‌رقصد
 - داستان می‌گوید، آهنگ می‌خواند و نمایش بازی می‌کند
- سعی می‌کند بیشتر مستقل کار کند
 - به کارهای ساده خانه کمک می‌کند، مانند بیرون آوردن لباس‌ها از خشک‌کن
 - در اشتراک‌گذاری مشکل دارد و از کلمات «نه» یا «مال من» استفاده می‌کند
 - با کارهای روزمره آشنا می‌شود و از آن لذت می‌برد
 - افراد آشنا را می‌شناسد و صدا می‌زند
 - به شخص، چیز یا صدای جدید علاقه نشان می‌دهد
 - از بازی به تنهایی و در کنار کودکان دیگر لذت می‌برد
 - در 36 ماهگی، از تظاهر به بازی با دیگران لذت می‌برد
 - ممکن است شروع به شناسایی یک جنسیت خاص کند
 - دامنه توجه بیشتری نشان می‌دهد
 - مسائل را با آزمون و خطا حل می‌کند
 - در فعالیت‌های گروهی شرکت می‌کند
 - محبت خود را آشکارا نشان می‌دهد، مانند در آغوش گرفتن
 - از زبان اجتماعی مانند لطفا و تشکر استفاده می‌کند
 - از رفتارهای بزرگسالان کپی می‌کند
 - گاهی اوقات ناامید می‌شود زیرا بیش از توانایی خود از خود انتظار دارد
 - ممکن است در مورد خطرات واقعی و خیالی یا موقعیت‌های ناراحت‌کننده دچار اضطراب شود.

برای کسب اطلاعات بیشتر

برای اطلاعات بیشتر در مورد بهداشت و رشد کودک، به منابع زیر مراجعه کنید:

• [HealthLinkBC File #92a](#) فرزند شما و بازی

• [HealthLinkBC File #92c](#) احساسات فرزند شما

• [HealthLinkBC File #92d](#) یادگیری استفاده از دست‌شویی

• [HealthLinkBC File #92e](#) زمان خوابیدن

بهترین فرصت کودک را در این آدرس ببینید:

• www.healthlinkbc.ca/pregnancy-parenting/babys-best-chance

اولین قدم‌های کودک نوپا را در این آدرس ببینید:

• www.healthlinkbc.ca/pregnancy-parenting/toddlers-first-steps